

Terhi Orpana

Lapsen laulu – Ääntä päästä varpaisiin

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Musiikki, ylempi Amk

Musiikin tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

4.5.2015

Tekijät) Otsikko	Terhi Orpana Lapsen laulu - Ääntä päästä varpaisiin
Sivumäärä Aika	39 sivua + harjoiteopas: Lasten ääNIKSI - Liikettä lauluun 4.5.2015
Tutkinto	Musiikki, ylempi AMK
Koulutusohjelma	Musiikin tutkinto-ohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Musiikkipedagogi (ylempi AMK)
Ohjaajat	MuT Annu Tuovila MuM Sirkku Wahlroos-Kaitila
<p>Tarkastelen kaksiosaisessa opinnäytetyössäni esi- ja alkuopetusikäisten lasten laulutaidon kehittämisen mahdollisuuksia. Työn ensisijaisena tehtävänä oli tuottaa materiaalia lasten laulunopetuksen käyttöön. Tavoitteena oli etsiä kehon käyttöä aktivoivia toimintamalleja kes-tävän perustan luomiseksi lasten laulutaidolle.</p> <p>Opinnäytetyöni ensimmäisessä osassa taustoitin lasten laulutaidon kehittämistä ja erittelen laulutaidon osa-alueita. Keskeisen osan työstä muodostaa liikunnallisten keinojen esittely laulutaidon opettamisessa. Laulutaidon kehittymiseen tähtäävä tunti tai kuoroharjoitus sisäl-tää erilaisia elementtejä, joilla aktivoidaan koko äänentuottoelimistöä. Lähtöajatuksena on, että liikkeen avulla voimme saada laulamisessa tarvittavaa lihaksistoa käyttöömmä ja va-pauttaa niin kehomme kuin mielemmekin turhista jännitteistä. Työssä esitellään myös kehit-tämisympäristön, Cantores Minores-musiikkiopiston koulutustoimintaa sekä sen laulupai-notteista musiikkileikkikoulua, jossa pääosa harjoitteista on syntynyt.</p> <p>Työn toinen osa on sen pääosa, käytännönläheinen opas <i>Lasten ääNiksi – Liikettä lauluun</i>, joka sisältää perustietoa äänen toiminnasta ja leikkimielisiä harjoituksia lasten lauluäänen ja laulutaidon kehittämiseksi. Opas on tarkoitettu kaikille lasten laulun kanssa työskenteleville. Se sisältää runsaasti kehon käyttöä aktivoivia harjoituksia, joita voidaan soveltaa käyttöön kouluissa ja varhaiskasvatuksessa sekä kuorotoiminnassa. Sen lisäksi oppaassa on ideoita opetustehtävissä toimiville.</p>	
Avainsanat	lasten laulunopetus, kehollisuus, vuorovaikutus, ääni, kuoro

Author Title	Terhi Children's Singing - Sound from Top to Toe	Orpana
Number of Pages Date	39 pages + Exercise Booklet: Vocal Tricks of Children	
Degree	Master of Music	
Degree Programme	Music	
Specialisation option	Music pedagogy	
Instructors	Annu Tuovila, DMus Sirkku Wahlroos-Kaitila, MMus	
<p>This research and development project investigates the possibilities to develop the singing skills of children, and specifically, preschool and primary school children. The overriding mission of the study was to produce new material for singing instruction for children.</p> <p>This project creates a framework for physical activation that will form a durable foundation for children's singing.</p> <p>The first part of the study gives an overview of children's voice training and introduces the elements of singing skills. The main focus is on the kinesthetic techniques in voice teaching. A rehearsal that aims to the progress of voice control includes different kinds of elements that will activate the whole vocal instrument. The point of the study is that we can put our muscles of vocal control into operation by using movement.</p> <p>This study also presents the training process in the Cantores Minores Music Institute and its music playschool that focuses on singing. This was the context of the development process, where most of the exercises have been devised.</p> <p>The other section is the main part of the study. It is a practical guide entitled <i>Lasten ääNIKSI/ (Vocal Tricks of Children)</i> that includes basic information about vocal production and playful exercises for developing children's vocal control and singing voice. The guide is targeted at everyone working with children's voice. It includes lots of exercises for the activation of the body, which can be applied at schools, in early childhood education as well as in choruses.</p>		
Keywords	Children's vocal training, embodiment, co-operation, voice, chorus	

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Lasten laulutaidon kehittämisen taustaa	4
2.1	Laulutaidon osa-alueita	5
2.1.1	Ilmaisu	5
2.1.2	Kehon hallinta	5
2.1.3	Hengitys	5
2.1.4	Puhtaus	6
2.1.5	Sointi	6
2.1.6	Artikulaatio	6
2.1.7	Ääniala	6
2.1.8	Kuuluvuus	7
2.2	Liikunnan merkitys lasten laulamiseksi	7
2.2.1	Liikkeen fysiologisia vaikutuksia	8
2.2.2	Liike motivaatiotekijänä	9
3	Liikettä lauluun	11
3.1	Keholliset harjoitteet opetuksen rakennuselementteinä	11
3.1.1	Lämmittely, verryttely ja venyttely	12
3.1.2	Ryhti	12
3.1.3	Hengitys	12
3.1.4	Äänelliset harjoitteet	13
3.2	Liikkuva tunti	14
4	Lasten ääNIKSI -opas	22
4.1	Oppaan taustaa	22
4.2	Harjoitteiden synty	23
4.3	Oppaan sisältö	23
5	Kohti kuoroa - Cantores Minores oppimisympäristönä	25
5.1	Cantores Minores koulutusryhmät	25
5.1.1	B -kuoro	26
5.1.2	Koraalikuoro	26
5.1.3	Cappellakuoro	27

5.2	Kuorolaiseksi kasvaminen	27
5.2.1	Yleiset esiintymiskäytännöt	29
5.2.2	Johtajan seuraaminen	31
6	Kuinka lapsi laulaa – havainnointia	33
6.1	Dokumentointi	33
6.2	Arvioinnin mahdollisuuksia	34
7	Pohdinta	37
	Lähteet	38

1 Johdanto

Pieni lapsi tuottaa huikeita ääniä jo ennen kuin osaa sanoa sanaakaan. Hänen koko kehonsa liikkuu ääntelyn mukana. Nälkäisellä lapsella voi olla kirjaimellisesti huutava tarve - suu on apposen auki ja koko vartalo liikkuu, tällöin lasta pitelevä voi tuntea äänen, vaikka ei kuulisi mitään. Kuultava ääni voi olla läpitunkevan voimakas - vaikka ihminen on pieni, ääni kantaa. Lapsen ääni nousee siis tunteesta tai tarpeesta ja tulee kuultavaksi luonnollisella tavalla; yleensä kantavasti ja vivahteikkaasti, jolloin siinä on monenlaisia sävyjä, kirkkautta ja syvyyttäkin lapsen mittakaavassa.

Näyttää ja kuulostaa kuitenkin siltä, että sitä mukaa kuin kasvamme, kehomme liike vähenee ja äänemme kapenee. Valitettavan usein kuulee myös lapsiryhmien ja jopa kurojen laulua, joka ei soi, vaikka sävelet periaatteessa olisivatkin kohdallaan. Ääni on kaventunut ja yksipuolistunut ja siitä on kadonnut kehollisuus.

Kehomme muistaa kokemansa sekä hyvässä että pahassa. Kun olemme oppineet jonkin toiminnon toistamalla sitä lukuisia kertoja, se istuu hyvin syvässä. Se on tallentunut pitkäkestoiseen muistiimme niin, että kehomme tuottaa sen automaattisesti. Kansanomaisesti puhutaankin lihasmuistista.

Muistan lapsen, jonka ääni oli miltei mörinää, ja hänen äänialansa oli hyvin suppea. Tuo lapsi oli kuitenkin innokas ja hyvin ahkera. Hän harjoitteli lauluja tunnollisesti ja osasi ne hyvin, mutta varsinkaan korkeammat sävelet eivät tahtoneet osua kohdalleen. Sitkeä harjoittelu tuotti kuitenkin tulosta. Vähitellen hän kykeni saavuttamaan sävelpuhtauden ja hänen äänialansa laajeni hyvää vauhtia. Lapsi oli jo hyvän aikaa laulanut harjoiteltavat laulut moitteettomasti, kun yhtäkkiä kuulin hänen kajauttelevan aivan nuotin vierestä. Selitys moiseen löytyi, kun oivalsin, että laulamme laulua, jonka hän oli huolellisesti opetellut silloin, kun ääni ei vielä ollut hallinnassa. Hän toisti laulun samalla tavalla kuin oli sen alun perin opetellut.

Virheellisen toiminnon muuttaminen tarvitsee paljon työtä, jotta uusi toiminto saadaan jälleen automatisoitumaan niin, että se korvaa aiemmin opitun. Sen vuoksi lasta on ohjattava alusta alkaen äänen käytön kannalta turvallisiin ja terveisiin tottumuksiin.

Usein pelätään lasten laulunopetusta. Mielestäni pelko on turhaa, jos opetus tapahtuu leikinomaisesti ja pidetään huolta siitä, etteivät lapset paina tai purista ääntään. Äänelle tuhoisia voivat sen sijaan olla huonot laulumallit ja liian matalalta laulattaminen, jolloin lapset eivät opi käyttämään ääntään terveellä tavalla suhteessa oman äänielimistönsä kehitykseen. Oren Brown painottaa kirjassaan (Brown 1996, 70), moneen kertaan, kuinka pitää huolehtia siitä, että lapset eivät paina ääntään. Lasten ääntä ei saa rasittaa laulattamalla heitä liian kovaa tai liian kauan kerrallaan. Lasta pitää tukea löytämään oma luonnollinen äänensä eikä matkimaan toisia, varsinkaan aikuisia.

Lasten kanssa työskentely on mielenkiintoista ja haastavaa sen jatkuvan muutoksen vuoksi, jota tapahtuu lapsen kasvaessa. Fyysisen kasvun ja kehittymisen myötä myös lapsen ääni-instrumentti on jatkuvassa muutoksen tilassa. Instrumentin hallintaan vaikuttavat myös lapsen kognitiivinen ja sosiaalinen kehitys.

”Laulunopetus vaatii ehkä enemmän kuin minkään muun aineen opetus opettajalta persoonallista kykyä innostua ja innostuttaa. Siinä on laulunopetuksen ydin, ei erilaisissa metodeissa.” Näin kirjoittaa Inga Siukonen Vilho Siukosen *Laulun opetusopin* (Siukonen 1956) saatesanoissa vuodelta 1947, siis lähes 70 vuotta sitten.

Sana innostuttaa on mielestäni mainio, se kiteyttää edelleenkin niin musiikki-, kuin muunkin pedagogiikan ydinosamisen. Nykyisin puhuttaisiin kai motivaation herättämisestä. Parhaimmillakaan metodeilla ei ole mitään merkitystä, jos niiden kautta ei saada oppilaita syttymään opetettavalle asialle.

Tämän työn keskiössä on ensisijaisesti esi- ja alkuopetusikäisten lasten laulutaidon kehittäminen. Kari Ahosen mukaan lapsi on tällöin musiikillisessa kehityksessään tonaalisen omaksumisen vaiheessa, jolloin melodiat alkavat hahmottua jo vakiintuneemman taustarakenteen pohjalta ja laulun sävelpuhtaus paranee (Ahonen 2004, 88).

Oman erityispiirteensä tähän työhön tuo se seikka, että olen tehnyt kehittämistyötä ennen kaikkea poikaryhmissä. Poikien toverisuhteet alkavat tulla yhä merkittävämmiksi juuri 6-7-vuoden iässä ja silloin alkaa varsinainen ryhmäytyminen. Motorisen kehityksen myötä lapsen kehon hallinta paranee ja usein pojat liittyvät toisiinsa juuri sen kautta. Tämä on myös vaihe, jolloin aikuisen auktoriteetti hyväksytään, jos kyse on mieluisasta

tekemisestä. (Sinkkonen 2005, 63). Opettajan haasteena on siis löytää tekemisen tapa, joka innostaa lapsia.

Olen pyrkinyt vastaamaan tähän haasteeseen lisäämällä liikunnallisia, kehon käyttöä aktivoivia elementtejä lasten laulunopetukseen. Omassa työssäni Cantores Minores musiikkiopiston laulupainotteisessa musiikkileikkikoulussa ja Koulutusryhmien kuoron opettajana käytän liikettä apuvälineenä soivemman ja laajemman äänen etsinnässä. Liikkeen avulla voimme saada laulamiseksi tarvittavaa lihaksistoa käyttöömmä ja vapauttaa niin kehomme kuin mielemmekin turhista jännitteistä. Opinnäytetyöni tarkoituksena on etsiä lasten kehon käyttöä aktivoivia toimintatapoja ja tehdä näkyväksi niitä liikunnallisen laulunopetuksen keinoja, joita olen kehittänyt vuorovaikutuksessa lasten kanssa

Keskityn tässä työssä siis ensisijaisesti ryhmäopetuksen mahdollisuuksiin laulutaidon kehittämisessä. Musiikkileikkikoulu- ja päiväkotiryhmät, erilaiset kerhot ja lapsikuorot ovat lapsen laulutaidon kehittämisessä avainasemassa. Useimmat työssä esitellyistä harjoitteista soveltuvat tosin mainiosti myös yksilöopetukseen.

Opinnäytetyöni kirjallinen toteutus on kaksiosainen. Tässä ensimmäisessä osassa kerron niistä perusteista, joilla olen kehittänyt lasten liikunnallista laulunopetusta. Esittelen myös työympäristöä, Cantores Minores - musiikkiopistoa, jossa kehittämistyö pääosin on tapahtunut sekä kerron kehittämisen yhteydessä tekemistäni havainnoista.

Työn toinen osa, *Lasten ääNIKSI – liikettä lauluun*, on lapsilaulajien kanssa työskenteleville tarkoitettu opas, siinä selvitetään äänenkäytön perusteita ja esitellään pääosin liikunnallisia harjoitteita, joiden avulla lasten laulutaidolle etsitään kestävää kehoallista pohjaa.

2 Lasten laulutaidon kehittämisen taustaa

Äänenkäytöstä ja laulamisesta on saatavilla runsaasti aikuisille tarkoitettua, hyvinkin yksityiskohtaista materiaalia. Viime aikoina huomio on alkanut kiinnittyä enemmän myös lasten laulunopetukseen. Alle kouluikäisten lasten laulutaidon kehittämiseen tähtäävää toimintaa on tutkittu ja kehitetty Päivi Kukkamäen kehittämän laulusuzukimennetelmän keinoin. Sen mukaan laulun opetus voidaan aloittaa vaikka jo odotusaikana (Kukkamäki 2002.)

Kehittämisen painopiste on kuitenkin lähinnä kouluikäisten laulamissa. Timo Pihkanen selvittää lisensiaatintyössään (Pihkanen 2011) lasten laulunopetuksen erityispiirteitä ja laulutaidon kehitykseen vaikuttavia tekijöitä. Hänen työnsä toisena osana on Opas lasten laulamisa, joka sisältää sekä tietoa äänenkäytöstä ja laulamisa että harjoituksia laulunopetuksen tueksi. Susanna Tenkanen-Lindeman (2014) on niin ikään perehtynyt kouluikäisten lasten laulamisaan omassa opinnäytteessään.

Tässä työssä esittämiäni ajatuksia ja laulutaidon kehittämisen keinoja olen soveltanut erityisest 6-8 vuotiaiden lasten laulutaidon kehittämistyöhön. Lähtökohtana on, että kyky laulaa ei ole vain jokin myötäsytyninen ominaisuus, vaan opittavissa oleva taito, vaikkakin lapset oppivat sitä aluksi ilman tietoista opetusta. (Ahonen 2004, 13 -28). Siihen, millaiseksi lauluääni ja -taito voivat parhaimmillaan kehittyä, vaikuttavat luonnollisesti myös synnynnäiset, mm. äänielimistön fysiologiaan liittyvät seikat. Lapsen kuulemat äänimallit, ympäröivä kulttuuri ja lapsen saama opetus tai sen puute vaikuttavat joka tapauksessa siihen, millaiseksi lapsen laulutaito ja suhde laulamisaan kehittyvät.

Tässä työssä esittelemäni näkemykset ja toimintamallit perustuvat kokonaisvaltaiseen oppimiskäsitykseen, joka on hyvin samansuuntainen, kuin tuoreessa Opetushallituksen julkaisussa, *Esiopetuksen opetussuunnitelman perusteet* (2015, 16), esitetty käsitys. Sen mukaan uusien tietojen ja taitojen omaksuminen tapahtuu vuorovaikutuksessa lapsen ympäristöön ja siinä vaikuttaviin ihmisiin. Oppimisessa aistihavainnot ja keholliset kokemukset yhdistyvät ajatteluun, tunteisiin ja toimintaan. ”Myönteiset tunnekokemukset, ilo ja uutta luova toiminta edistävät oppimista ja innostavat kehittämään omaa osaamista”.

Erittelen seuraavassa lyhyesti laulussa kuuluvia ja näkyviä seikkoja, joiden yhteisvaikutuksen tulosta kuultava laulu on. Sen kehittämiseen tähtäävät ne harjoitteet, joita luvussa 3 esittelen ja joita on koottuna työni toiseen osaan erilliseksi oppaaksi

2.1 Laulutaidon osa-alueita

2.1.1 Ilmaisus

Tuotamme ääntä ilmaistaksemme itseämme ja tarpeitamme. Tällaiset äänet ovat tiedostamattomia ja kumpuavat tunteistamme. Tunnekeskus sijaitsee syvissä aivokerroksissa, josta on suora yhteys aivokuorelle ja tietoiseen ajatteluun (Brown 1996, 2). Lauluääni on ilmaisurikas ja koskettava silloin, kun sen lähtökohtana on laulun sisältö.

2.1.2 Kehon hallinta

Käytän nimitystä kehon hallinta tarkoittaen sitä lihastoimintaa, jolla saavutetaan hyvä ryhti ja oikea rentous, jotta äänen vapaa tuottaminen olisi mahdollista. Lasten fyysinen kasvu ja motorinen kehitys sekä liikunnallinen harrastuneisuus näkyvät lasten kehon hallinnassa. Erot yksilöiden välillä voivat olla hyvinkin suuria. Myös psyykkinen vireystila ja motivoituneisuus vaikuttavat lapsen kehon toimintaan.

2.1.3 Hengitys

Äänentuotossa pyritään syvähengitykseen. Se on kylki-pallea-selkä-vatsahengitystä, jolloin keskeinen hengityslihas, pallea, pääsee laskeutumaan kunnolla alas ja laajenemaan samalla litistyen. Tällöin keskivartalo laajenee sisäänhengitysvaiheessa erityisesti kyljistä. (Eerola 2015.)

Toiminnallisesti hengitys voidaan jakaa ns. lepo- ja ääntöhengitykseen (Koistinen 2004, 35). Ääntöhengityksessä uloshengitysvaihe on pidempi ja uloshengityslihasten rinnalla toimivat sisäänhengityslihakset estäen kehon kasaan painumista ja samalla säädellen ilmanpainetta äänihuulia vasten. Tämä hengitysyhteys vapauttaa äänentuottoelimistön, kurkunpään ja sen toimintaan osallistuvat lihakset.

Pieni lapsi hengittää luonnostaan oikein. Ennen kouluikää useiden kohtaamieni lasten hengitys näyttää kuitenkin muuttuneen varsin pinnalliseksi, lähinnä rintahengitykseksi, jossa hengitysliike on keskittynyt rintakehän yläosaan.

2.1.4 Puhtaus

Puhtaudella tarkoitan tässä äänen vireyttä, joka on riippuvainen äänihuuliin kohdistuvasta ilmanpaineesta. Alavireiseltä kuulostavassa äänessä äänihuuliin kohdistuva liian suuri paine lisää niiden jännittyneisyyttä. Pinnallinen hengitys ja heikko lihasyhteys aiheuttavat puolestaan ylävireisyyttä. Joillakin lapsilla vireys vaihtelee voimakkaasti. Kokemukseni mukaan sillä on selvä yhteys lapsen kulloiseenkin aktiivisuuteen.

2.1.5 Sointi

Äänen soinnissa korostuu lapsen fyysisen kehityksen vaihe ja siinä on kuultavissa mahdolliset fysiologiset ongelmat. Terve lapsen ääni on kirkas ja heleä. Melko usein äänessä on kuultavissa myös nasaaliutta, joka kertoo siitä, että nenäportti ei sulkeudu. Käheys voi kertoa paitsi edellisestä flunssasta myös mahdollisesta häiriöstä äänihuulissa.

2.1.6 Artikulaatio

Artikulaatioelimistö, kieli, huulet ja pehmeä suulaki ovat kasvavalla lapsella jatkuvassa muutoksen tilassa. Esi- ja alkuopetusikäisellä lapsilla fyysisestä kehityksestä johtuvat artikulaatioerot voivat olla varsin suuria. Erityisesti kielen toiminta korostuu tässä vaiheessa, jolloin esimerkiksi tremulantti, täry-r ei vielä onnistu kaikilta. Huulten toiminnalle on tyypillistä, että suu on viivamaisesti hieman hymyssä, mikä latistaa sointia. Joillakin on myös tapana ikään kuin kurottautua ääntä kohti, mennä liikkeellä äänen korkeuden perässä. Tällaisessa toiminnossa leuka kiristyy helposti ja äänen soinnista tulee kireä.

2.1.7 Ääniala

Lasten laulu- ja puheäänen vaihteluväli (Aalto & Parviainen 1998, 127) on selkeästi naisten puheääntä korkeammalla. Lasten äänialasta on kuitenkin erilaisia, keskenään ristiriit-

taisia tuloksia. Koistisen (2005, 95) mukaan kyse on myös siitä, puhutaanko musikaalisesta äänialasta vai kokonaisäänialasta. Musikaalisella äänialalla tarkoitetaan aluetta, jolla lapsi laulaa. Kokonaisäänialassa on kyse alueesta, jolla lapsi kykenee tuottamaan ääniä.

Ahonen toteaa, että "lapsilla on kuitenkin jo pienestä pitäen edellytys käyttää ääntään hyvinkin laajalla alueella". Äänen suppea käyttö onkin yhteydessä heidän kuulemaansa laulumalliin (Ahonen 2004, 100–101).

2.1.8 Kuuluvuus

Äänen kuuluvuuteen vaikuttavat keuhkoista poistuvan ilman paine, joka kasvaessaan lisää äänen voimakkuutta, äänihuulten jännite ilmanpainetta vastaan, äänihuulten liike sekä äänen resonoituminen ääntöväylässä (Numminen 2005, 115).

Lasten äänten kuuluvuudessa on suuria eroja. Tässä yksinkertaistetusti kuvattu mekanismi on monimutkainen ja siihen vaikuttavat sekä psyykkiset että fyysiset tekijät. Lasten kohdalla kuuluvuuteen vaikuttavat erityisesti sosiaaliset tekijät. Vuorovaikutustilanteet herättävät erilaisia tunteita, jotka toimivat impulssina äänen tuotolle.

2.2 Liikunnan merkitys lasten laulamiseksi



Kuvio 1. Istuva poika

Oheisessa kuvassa poika istuu mielestäni hyvin tyypillisessä asennossa. Tosin selkä on usein vielä enemmän kumarassa ja pää työntynyt eteenpäin. Kädet pitelevät kännykää tai jotain muuta pelivälinettä. Lapsen rintakehä on painunut kasaan ja olkapäät ovat kääntyneet eteen. Lantio puolestaan on kallistunut taakse. Asento on siis kaukana siitä, mikä voisi mahdollistaa ääni-instrumentin vapaan toiminnan (ks. 3.1.3).

Hämmästyttävältä tuntuu, miten useat näennäisesti vilkkaat ja fyysisesti aktiiviset lapset istuvat kasassa ja väsyvät nopeasti liikunnallisissa harjoitteissa. Onkohan kuitenkin niin, että lapset eivät sittenkään ole riittävässä määrin käyttäneet energiaansa liikkumiseen ja heidän lihaskuntonsa ja kehon hallintansa on heikko?

Vastikään julkaistun ja paljon julkisuuttakin saaneen väitöstutkimuksen (Soini 2015, 95 - 97) mukaan päiväkotilapset liikkuvat liian vähän suositukseen nähden. Tutkimus koski kolmivuotiaita, mutta julkisessa keskustelussa on kannettu huolta myös isompien lasten liian vähäisestä liikunnasta.

Timo Jaakkola kirjoittaa fyysisen kunnon ja motoristen taitojen vaikutuksesta kognitiiviseen suoriutumiseen. Motoristen taitojen kehittäminen vaikuttaa aivojen kehittymiseen, koska motoristen ja kognitiivisten taitojen ohjauksesta vastaavat mekanismit ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa. Jaakkolan mukaan ”vauvaiässä ja lapsuudessa motoristen perustaitojen oppiminen – konttaaminen, käveleminen, kieriminen, riippuminen, hypääminen, pallonheittäminen ja kiinniottaminen sekä vartalon keskilinjan ylitys – luo mahdollisuuden kehittää kognitiivisia taitoja”.(Jaakkola 2012, 54).

Kehon kunto ja sen hallinta on myös laulutaidon kehittymisen kannalta merkittävä asia.

2.2.1 Liikkeen fysiologisia vaikutuksia

Liikunnan lisäämiseen lasten laulunopetukseen on äänen toiminnan kannalta selkeät fysiologiset perusteet

Briana Bailey kuvaa artikkelissaan havainnoimaansa lapsikuoron harjoittelua.

Hän oli vaikuttunut siitä, miten paljon kinesteettiset, liikettä apuna käyttävät, harjoitukset vaikuttivat kuoron sointiin. Liikkeet vahvistivat äänenkäyttökniikkaa ja tehostivat musiikillista ja taiteellista ilmaisua. Merkittävää oli, että liike vaikutti paitsi itse tehtynä, myös visuaalisena ilmiönä. Kuoronjohtaja pystyi käden liikkeellä kuvaamaan esimerkiksi pehmeän kitaleen liikkeen niin, että kuoron sointi muuttui (Bailey 2007.)

Samasta ilmiöstä kertoo kuoronjohtaja Josh Pedde haastattelussaan, The Art of Vocal Warm up. Hän kuvailee, kuinka äänen sijoitusta pystyy muuttamaan sanomatta sanaa-

kaan, tekemällä vain kinesteettisesti. Tällä hän tarkoittaa liikkeitä, joiden tekeminen vaikuttaa ääntöelimistön toimintaan. Kuvatussa taltioinnissa näytetään, kuinka harjoitteita toteutetaan. Koko suuri kuoro liikkuu, kädet ojentuvat ja tekevät erilaisia liikkeitä päästellen samalla huikeita ääniä. Pedde puhuu kehoinstrumentista ja kertoo, kuinka hänen johtamansa Indianapolis Children's Choir aloittaa harjoitukset kehon lämmittelyllä ja venyttelyllä. Hänen mukaansa lämmittely auttaa keskittymään laulamiseen ja jättämään muut asiat tilanteen ulkopuolelle. Sen lisäksi lämmittely valmistaa kehoa äänen tuottoon. (Pedde 2010.)

Vapaa äänenkäyttö ja laulaminen ovat kiinteässä yhteydessä kehon hallintaan. Hyvä kehon hallinta kielii lihasten tarkoituksenmukaisesta käytöstä (Koistinen 2004, 13-15).

2.2.2 Liike motivaatiotekijänä

Liikunta näyttäisi olevan se harrastus, joka kaikkein eniten kilpailee musiikin kanssa poikien ajasta. Myöhemmin kuvailemani videotaltiointi osoittaa myös, että pojat liikkuvat tunnilla lakkaamatta silloinkin, kun ovat periaatteessa paikoillaan. Jokin kohta kehossa näyttää olevan jatkuvassa liikkeessä.

Edellä kerrotun valossa liikunta voisi siis olla myös merkittävä motivaatiotekijä. Liikuntaan liittyy usein kilpailu ja erityisesti poikien kohdalla kaikenlainen kilpaileminen tuntuu innostuttavan lähes aina. Ilmiö näkyy hyvin kuvaamassani laulumuskaritunnissa (ks.3.2.). Lastenpsykiatri Jari Sinkkonen puhuu kilpailuttamisesta menetelmänä, joka saa pojat syttymään. Hän kuvaa, kuinka sen avulla poikia voi houkutella lukemisen pariin. Miksipä ei siis myös laulamisen? (Sinkkonen 2005, 324.)

Psykologian professori Liisa Keltikangas-Järvinen sen sijaan suhtautuu kilpailemiseen hyvin varauksellisesti. Hän toteaa jatkuvan kilpailun tuottavan ihmisille frustraatioita ja johtavan sitä kautta aggressioon. Hänen mukaansa ”kilpailun kasvattava vaikutus lapsella on nolla” (Keltikangas-Järvinen 2010, 253). Jyrkkiä sanoja. Keltikangas-Järvinen toteaa kuitenkin aggressiivisten lieveilmiöiden olevan vähäisempiä tilanteessa, jossa toiminnan sisältö on voittoa tärkeämpi.

Ryhmäopetuksessa, johon tämä työni keskittyy, on aina aika ajoin nähtävissä edellä mainitun kaltaisia ilmiöitä. Oman kokemukseni perusteella kilpailua syntyy jatkuvasti vaikka sitä ei erikseen järjestettäisi. Näkisinkin opetuksen tehtävänä suunnata sitä nimenomaan sisältöön sekä tehtävien ja itsensä voittamiseen

3 Liikettä lauluun

Laulutaidon kehittymiseen tähtäävä tunti tai kuoroharjoitus sisältää erilaisia elementtejä, joilla aktivoidaan koko äänentuottoelimistöä. Tämän työni toisessa osassa on lukuisia esimerkkejä leikkimielisistä harjoitteista. Pysin rakentamaan kunkin harjoitustuokion tai tunnin siten, että aina haettaisiin toiminnalle kehollista pohjaa. Seuraava sitaatti kuvaa, mitä tuolla pohjalla tarkoitan: ”Innostuksen aktivoimat lihakset ovat jänneviä ja tunteet antavat niille herkkyyden” (Eerola 2014).

3.1 Keholliset harjoitteet opetuksen rakennuselementteinä

Harjoitteissa keskeisellä sijalla ovat liikkeet, joiden avulla pyritään syventämään hengitystä ja vahvistamaan kehon ja mielen yhteyttä. Tavoitteena on saada kehoinstrumentti soimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Lasten kanssa tehtäessä oma esimerkki ja toimiva mielikuva ovat erityisen tärkeitä

Sen, mitä tehdään, täytyy elää ja kehittyä vuorovaikutuksessa oppilaisiin. Uskon että harjoite on sitä parempi, mitä enemmän se tarjoaa mahdollisuuksia erilaisiin variaatioihin tekijöidensä mukaan.

Tunnilla pyritään tietoisesti kurinalaisuuteen, kuitenkin niin, että tilaa jää improvisaatiolle ja hulluttelulle. Eräs seikka, jota turhaan pelätään, on vaatimus. Useimmat lapset ovat suorastaan ylpeitä siitä, että heiltä vaaditaan asioita. He kokevat olevansa arvokkaita, kun heiltä odotetaan kykyä toimia tavalla, joka edellyttää heiltä ponnistelua. Jos vaatimustaso on turhan matala ja tavoitteet saavutetaan hyvin helposti, jää myös onnistumisen kokemus laimeaksi. Onnistumisen kokemukset puolestaan ruokkivat lapsen halua oppia lisää ja kasvattavat itsetuntoa.

Tuntiesimerkkien ymmärtämiseksi esittelen seuraavassa lyhyesti ne elementit, joista tunnit koostuvat. Kustakin äänenkäyttöä edistävästä osiosta on enemmän tietoa ja esimerkkejä työni toisessa osassa. Jaottelu on tehty harjoitusosioiden ensisijaisen tehtävän mukaan. Monet niistä palvelevat toki useampaa äänenkäytöllistä tarkoituspäätä.

Harjoituksissa edetään kehon kokonaisvaltaisesta lämmittelystä ja hengityksen aktivoinnista kohti varsinaista äänentuottoa. Ääntä herätellään ja houkutellaan esiin erilaisin

kehollisin harjoittein. Samalla ne aktivoivat uloshengityksen säätelyyn osallistuvan lihaksiston toimintaa

3.1.1 Lämmittely, verryttely ja venyttely

Harjoitustilanne alkaa reippaalla liikunnalla, jonka tarkoituksena on kehon suurten lihasryhmien aktivoiminen ja verenkierron elvyttäminen. Liikunta poistaa myös turhia jännitteitä ja auttaa syventämään hengitystä. Se valmistaa kehoa tuleviin ääniharjoitteisiin ja toimii samalla orientaationa tilanteeseen.

3.1.2 Ryhti

Ryhdyllä tarkoitan tässä jännitteistä vapaata asentoa, jossa ranka ja lantio ovat luonnollisessa asennossa, niska pitkänä ja rintakehä avoimena. Hyvä ryhti antaa hengityselimistöille tilaa toimia ja mahdollistaa oikeiden lihasryhmien aktiivisen käytön.

Lapsilla ryhti tahtoo painua kasaan erityisesti istuessa. Istuessa on hyvä pitää koko jalkaterä lattiassa ja istua mieluiten tuolin reunalla, nojaamatta. Ryhtiin voi vaikuttaa helposti erilaisten mielikuvien avulla, tai vaikkapa karrikoimalla ryhdin vaikutusta ääneen.

3.1.3 Hengitys

Hengitysharjoitteissa yhdistetään erilaisia sihinöitä, suhinoita, pörinöitä ja puhalluksia liikkeeseen. Niiden tarkoituksena on syventää hengitystä ja auttaa hallitsemaan siihen vaikuttavan lihaksiston toimintaa.

estävät kehon kasaan painumi

Syvähengityksessä keskeinen hengityslihas, pallea, pääsee laskeutumaan kunnolla alas ja laajenemaan samalla litistyen. Tällöin keskivartalo laajenee sisäänhengitysvaiheessa erityisesti kyljistä. Pallean laskeutuminen aiheuttaa kurkunpään ns trakeaalisen vedon, joka laskee kurkunpäättä, mikä luo äänentuotolle suotuisan tilan.

Uloshengitysvaiheessa toimivat sisäänhengityslihakset sta ja samalla säätelevät ilmanpainetta äänihuulia vasten. Tämä hengitysyhteys vapauttaa äänentuottoelimistön, kurkunpään ja sen toimintaan osallistuvat lihakset.

3.1.4 Äänelliset harjoitteet

Näissä äänellisissä alkuverryttelyissä venytellään kylkiä ja lämmitetään kevyesti äänihuulia. Niissä pyritään siihen, että pieninkin ääni saisin impulssin koko kehosta.

Erilaiset päristelyt, kuten huulitäry, rentouttavat kurkunpäästä ja venyttävät äänihuulia parantaen ja syventäen hengitysyhteyttä.

Kehon ja äänen yhteistyötä lisätään voimistamalla liikettä ja lisäämällä harjoitteisiin keveitä huudahduksia.

Näin edetään kohti sitä äänentuottoelimistön osaa, jossa ääni resonoituu korvin kuultavaksi, eli nielua, nenänielua ja suuonteloa. Resonanssitiloja etsitään esimerkiksi tuottamalla ääntä sekä nenän että suun kautta ja käyttämällä nasaalikonsonantteja. Ääntöväylää muovataan leuan, kielen ja huulten liikkeillä. Kouluikää lähestyttäessä useilta lapsilta puuttuu vielä joitakin ääniteitä, tällöin erilaiset artikulaatioharjoitteet ovat erityisen hyödyllisiä.

Tässä vaiheessa harjoitusta äänentuottoelimistön pitäisi jo olla lämmin ja aktiivinen. On aika siirtyä laulullisiin harjoitteisiin, joissa lauletaan pieniä sävelmiä eri sävellajeista pyrkien laajentamaan käytössä olevaa äänialaa. Tämä on sellainen osio, jonka harjoitteita tavallisimmin kutsutaan äänenavaukseksi. Jo 6-7 vuotiaat tekevät niitä innolla, jos ne ovat hauskoja tai niihin liitetään jokin tarina tai vaikkapa kilpailu.

Harjoitteita tehtäessä kiinnitetään erityistä huomiota kehon asentoon ja hengitykseen. Edellä tehdystä on vain vähän hyötyä, jos se ei liity saumattomasti laulullisiin harjoitteisiin. Apuna voi käyttää muistumia aiemmin tehdystä. Tarkistetaan, että polvet ovat vapaina ja hartiat rentoina, rintakehä avoimena ja niska pitkänä. Periaatteessa mitä tahansa laulullista harjoitetta voidaan myös tukea liikkeellä.

Edellä kuvaamiani elementtejä voi mainiosti soveltaa esimerkiksi kuoroharjoituksiin tai äänenhuoltotapahtumiin sekä lapsilla että aikuisilla. Yksittäisiä harjoituksia voi hyvin käyttää myös yksityisopetuksessa, vaikka ne tässä ovatkin liitettyinä ryhmäopetukseen.

3.2 Liikkuva tunti

Kuljetan ryhmätuntia yleensä tarinan tai tarinoiden ja mielikuvien kautta. Näitä elementtejä voi helposti muuttaa kohderyhmään sopiviksi ja tarvittaessa lisätä tiedollista ainesta kuhunkin harjoitukseen. Ajatuksena on siis mahdollisimman monikanavainen oppimista-
pahtuma, josta eri tavoin oppivat henkilöt toivottavasti saavat mahdollisuuden oivaltaa uusia asioita.

Seuraavassa on esimerkki laulupainotteisen musiikkileikkikoulutunnin kulusta Cantores Minores musiikkiopistossa. Tämä kuvaus sopii parhaiten 6-7-vuotiaiden tuntiin. Osa toiminnoista on sellaisia, että niillä pyritään myös kuorolaiseksi kasvamiseen ja siinä toiminnassa tarvittavien ulkomusiikillisten taitojen kehittämiseen (ks. 4.2.2).

Illoinen puheensorina täyttää eteisaulan. Kaksi poikaa ajaa toisiaan takaa pujotellen saapuvien ja lähtevien ihmisten lomitse. Yksi on piilossa kaapin takana, toinen yrittää kiivetä hyllylle ja muutamat nauttivat viime hetken eväitään pöytien ääressä. Joku riitelee saat-tajansa kanssa, kun toiset jo kilpailevat paikasta muodostuvassa jonossa. Ilmassa on itkua ja naurua, paljon ääntä ja liikettä - valtavasti energiaa.

Ovi avautuu ja jono lähtee kohti hissiä, jolla siirrytään lähemmäs opetusluokkaa. Heti ovesta päästyä seuraa kisa siitä, kuka ennättää avata hissien oven, jonka jälkeen alkaa ryntäys hissiin ja kisa siitä kuka ennättää painaa hissien nappia. Viiden kerroksen matkalla osa ehtii keikkua takaseinässä olevassa tangossa, kuin laiskiaiset ikään, muutamat irvistelevät peilikuvalleen ja onpa noin kymmenen pojan joukossa niitäkin, jotka seisovat lähes paikoillaan odottaen perilletuloa.

Hissin saavuttua ensimmäiseen kerrokseen alkaa ryntäys kohti portaikkoon vievää ovea, kuka tällä kertaa ehtisi ensimmäisenä. Portaikkoon edetään tiukan, ”kaiteesta kiinni ja kävellen”- säännön mukaisesti ja jos joku ei noudata sääntöä, pitävät toiset varmasti huolen siitä, että asia tulee opettajan tietoon.

Edessä on vihdoin harjoitusluokan ovi. Pojat harjoittelevat jälleen tekemään suoraa jonoa, mutta kun luokan ovi aukeaa ei monikaan jaksa pysyä muodostelmassa, vaan ryntää etsimään mieluista istuinpaikkaa.

Kaikkeen tähän on kulunut noin viisi minuuttia ja valtavasti ääntä ja energiaa. Tämä on se sama joukko, joka joitakin kuukausia myöhemmin seisoo Helsingin Tuomiokirkossa kuorokorokkeilla ja laulaa täysin palkein. Siihen tarvitaan kuitenkin paljon monenlaista työtä.

Tunti alkaa tervehdyksillä. Pojat istuvat puolikaareen asetetuille tuoleille. Tarkistamme, että kaikilla on ns. hyvä laulajan asento. Jalkaterät ovat kokonaan maassa ja selkä on suorana nojaamatta tuolin selkänojaan. Tervehdin kutakin poikaa nimeltä kysymällä laulaen: "Onko 'Matti' täällä?" Sävelmänä käytän esimerkiksi kolmisointua, so-mi-do, tai ns. kukkuu-terssiä, so-mi, vaihdellen eri sävellajeista. Pyrin siihen, että pojat vastaivat samalla sävelmällä samasta sävellajista. Jouluun mennessä useimmat ovat oppineet löytämään vastaukseen saman sävellajin, mutta melodian toistamisessa on suuria yksilöllisiä eroja. Useimmat vastaavat tutun so-mi-do -kaavan mukaan, vaikka kysymyksen sävel olisi toinen.

Samassa yhteydessä voidaan vielä kysyä laulaen "Millä tulit muskariin?" Tämä lauletaan kaikki yhdessä alaspäisenä kolmisointuna näyttäen käsillä solmisaatiomerkkejä. Annan yhteisen lähtösävelen sävellajeja vaihdellen ja odotan jälleen vastausta kyseisessä sävellajissa, tarvittaessa laulan vastaajan mukana. Tässä vastauksessa pojat kilpailevat, kuka keksisi hulluimman välineen, jolla on saapunut. Saapumistapa vaihtelee pannukaista raketteihin ja kaikkea mahdollista ja mahdotonta siltä väliltä.

Viimeistään tässä vaiheessa, tai vireystilanteen niin vaatiessa jo heti alkutervehdysten jälkeen, lähdetään liikkumaan reippaasti. Hyväksi ratkaisuksi on osoittautunut äänitteeltä tuleva musiikki, jonka tahdissa kuljetaan tilassa eri tavoin liikkuen. Tällöin voin itse liikkua vapaasti lasten mukana ja näyttää liikkeitä ja askelkulkua tarpeen mukaan. Musiikin välitsen joko tunnilla harjoiteltavissa lauluissa käsiteltävän tematiikan tai niiden keskeisen rytmi- tai muun musiikillisen aineksen mukaan.

Alkuliikunnan tavoitteet ovat kahtalaiset. Liikkumisen avulla voidaan harjoitella erilaisia musiikkitaitoja, rytmejä ja rakenteita, miksei myös melodisia linjoja. Äänenkäytön kannalta tavoitteena on koko kehon lämmittely ja verryttely ja venyttely. Yhteisellä reipastempoisella liikunnalla saadaan nostettua lasten kehollista vireystilaa ja aktivoitua hengitystä. Lisäksi se auttaa keskittymään käsillä olevaan hetkeen.

Verryttelyä ja venyttelyä voidaan vielä jatkaa tarinoiden siivittämänä. Työni toisessa osassa esittelen lukuisia harjoitteita, joita voi soveltaa erilaisiin teemoihin.

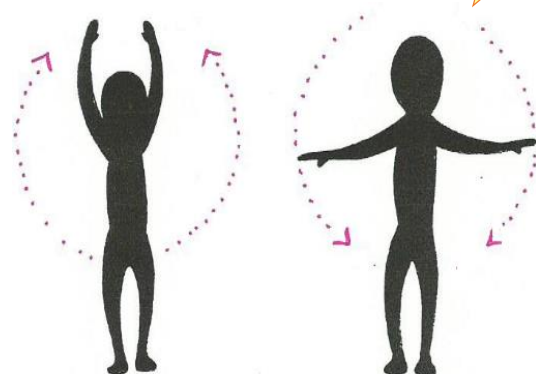
Alkuliikunta on vienyt meidät matkalle. ensin kävellen, sitten juosten ja vihdoin kohottanut siiville. On aika kaarrella kohti laskeutumispaikkaa. Lapset ottavat kukin oman tilan, jossa koneen siivet eivät voi koskettaa toisiaan tai muita esteitä.

Alkaa laskeutuminen. Siivistä kuuluu suhinaa, kun kone laskeutuu. On pidettävä huolta että runko säilyy ehjänä ja kone tulee hitaasti ja hallitusti alas:

Suihkari

- *nostetaan kädet kohti kattoa hengittäen samalla nenän kautta sisään*
- *lasketaan kädet sivukautta alas päästäen samalla s-suhinaa - hidas hallittu laskeutuminen yhdellä uloshengityssuhinalla - pidetään huolta, ettei rintakehä mene kasaan*
- *nostetaan kädet ylös ja annetaan ilman virrata sisään (toisella kerralla tapahtuu jo miltei automaattisesti) jne.*
- *toistetaan muutamia kertoja (liiat toistot voivat aiheuttaa huimausta)*

Tehostaa uloshengityslihasten toimintaa



Kuvio 2. Esimerkki Lasten ääNIKSI –oppaan hengitysharjoitteesta

Kone rullaa tasaisesti kohti terminaalia – kuuluu vain jyminä ”vvvvv... ”:

Virta päälle

- *laitetaan ylähampaat alahuulelle, kuten esim. sanassa ”vene”*
- *sanotaan soinnillinen ”vvvvvv ”..(älä sano ”vee”, vaan pidä hampaat alahuulella, jolloin ulos tulee pelkkä soinnillinen v, alahuuli kutiaa)*
- *laitetaan ylähampaat alahuulelle, kuten esim. sanassa ”vene”
sanotaan soinnillinen ”vvvvvv ”.*
- *sanotaan soinnillinen ”vvvvvv ”..*

Kuvio 3. Esimerkki Lasten ääNIKSI –oppaan äänen alkuverrystelyharjoitteesta

Sitten mennään hissillä seuraavaan kerrokseen noutamaan laukkuja:

Äänihissi

Keho äänen” vastapainona”

- *asetutaan nojaamaan selkä seinää vasten, kantapäät reilusti irti seinästä*
- *päristään, kuten mopo-harjoituksessa*
- *laskeudutaan hitaasti alaspäin ja annetaan pärinä-äänien liukua ylös – pää ja hartiat pidetään seinässä kiinni*
- *nousta hitaasti ylös ja annetaan äänen laskeutua hallitusti alaspäin*
 - *toistetaan eri korkeuksilta lisäten ääriäänten välistä eroa*



Kuvio 4. Esimerkki Lasten ääNIKSI-oppaan Kurkunpään rentoutus ja äänihuulten venyttelyharjoitteesta

Ikkunasta voi nähdä, kuinka laukkuja puretaan koneesta. Ne lentävät iloisessa kaaressa.:

Äänen heitto

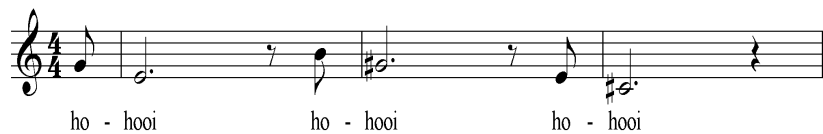
- heilutellaan käsiä ja notkistetaan polvia, kun sanotaan "huh, huh, huh"
- "huii"-äänellä heitetään ääni kauas ja korkealle

Kuvio 5. Esimerkki Lasten ääNIKSI-oppaan kehon ja äänen yhteistyö-harjoitteesta

Matkustajat saavat laukkunsa ja pääsevät katsomaan kuka on vastassa. Nähtyään tuttavat he huhuilevat ja heiluttelevat käsiään kertoakseen, että täältä tullaan:

Ho-hoi!

- so-mi -huhuilu eri korkeuksilta



H-äänne rentouttaa kurkunpäättä ja estää ns. kovan alukkeen

Kuvio 6. Esimerkki Lasten ääNIKSI-oppaan laulullisesta harjoitteesta

Seuraa iloinen tervehdys, "moi moi moi".

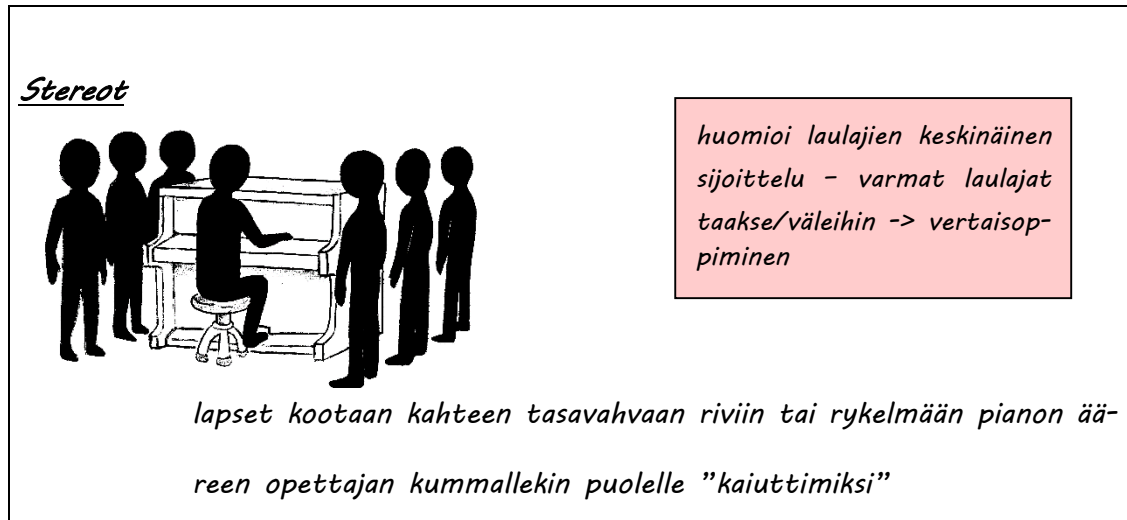
Moi-moi

- suu pyöreänä
- diftongi kielen liikkeillä, leuka vapaana



Kuvio 7. Esimerkki Lasten ääNIKSI-oppaan laulullisesta harjoitteesta

On aika pyyhäyttää pianon ääreen. Pojat asettuvat pianon molemmin puolin stereoiksi ja jatkavat tervehdyksiä eri korkeuksilta.

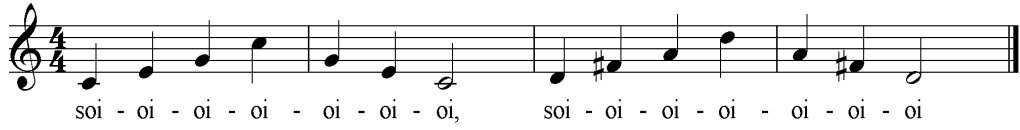


Kuvio 8. Esimerkki Lasten ääNIKSI-oppaan laulullisesta harjoitteesta

Tervehdysten jälkeen kokeillaan eri sävellajeissa, joko ääni soi.

Soi-oi

- suu "o-asennossa", diftongi kielen liikkeillä
- kevyt jousto polvista ylä-ääniin mentäessä



soi - oi - oi - oi - oi - oi - oi, soi - oi - oi - oi - oi - oi - oi

Kuvio 9. Esimerkki Lasten ääNIKSI-oppaan laulullisesta harjoitteesta

Kun on laulettu sekä korkeita että matalia ääniä, johdatellaan laulu tuttuun sävelkulkuun käyttäen soinnillista s-äännettä, kuten saksan kielen sanassa "Sie" [zi:]

Seuraavaa sävelmää lauletaan [zi: - zi:- zi: - zi: ...]



Hetken kuluttua lapset yleensä oivaltavat, että kyseessä on kertosaie tutusta, *Laulaen iloa saamme* -laulusta, jota toistetaan jokaisella tunnilla. Tässä vaiheessa tunti on liki puolessa välissä ja äänen soivat jo kirkkaasti.

Pojat istuutuvat omille paikoilleen ja jälleen tarkistetaan asento. Pyydän kaikkia sulkemaan silmänsä ja kuuntelemaan. Hyräilen tuttua sävelmää ja pyydän, että pojat nostavat käden ylös, kun arvelevat tunnistavansa sen. Käsiä nousee, eikä aikaakaan, kun joku jo paljastaa, mikä on kyseessä. Leikki toimii orientaationa laulun harjoitteluun. Laulamme laulun läpi pianosäestyksellä, jotta se palautuisi mieleen.

Sitten alkaa tarkkuustyö. Laulamme laulua fraasi kerrallaan ja toistamme sitä niin kauan, että jokainen on saanut siitä kiinni. Välillä tarkistamme sävelpuhtautta siten, että pojat sulkevat toisen korvansa sormella kuullakseen oman äänensä paremmin. Harjoittemme myös laulamaan koko fraasin yhdellä hengityksellä. Näin etenemme pala palalta, kunnes koko sävelmä on hallinnassa. Uudelleen ja uudelleen toistamisesta tulee hauska leikki, kun tempoja, voimakkuutta ja sävyjä vaihdellaan.

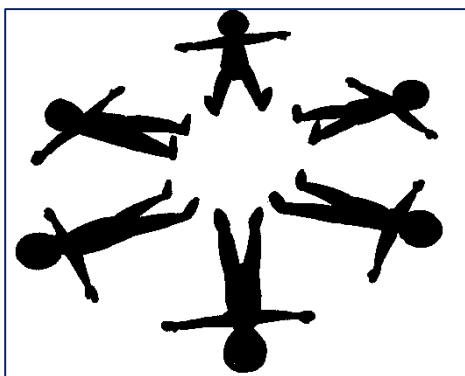
Tunti jatkuu uuden laulun opettelulla. Alkulämmittely antoi jo viitteitä laulun aiheesta. Kyseessä on laulu *Matkustan ympäri maailmaa*, jossa matkustellaan eri maihin ja tervehditään uutta ystävää, joka vastaa tervehdykseen omalla kielellään; ” kun sanon, ’Päivää’, hän sanoo ’How do you do’ ”.

Laulua opetellaan kulkemalla tilassa laulun sykkeessä pysähtyen aina tervehtimään vastaan tulijaa, kun on tervehdyksen aika. Tervehdykset eri kielillä harjoittavat artikulaatiota (How do You do), laskevat kurkunpäättä (Guten Tag), aktivoivat hengitysilhaksia Ciao tai vaikkapa pehmentävät sanan alukkeita (Hi). Tempon vaihtelut ja eri tavoin lausutut tervehdykset tuovat hauskuutta harjoitteluun.

Kun laulua on tällä tavoin ”villisti” harjoiteltu, matkustetaan esittämään se konserttilavalla. Lavana toimii harjoitteluluokan kaapin edusta, johon pojat kulkevat jonossa ja kääntyvät sitten kuororiviksi (ks. 4.2.1).

Annan pojille lähtösävelen, jota he yrittävät toistaa. Vähän aikaa viritellään, eli etsitään yhteistä säveltä käyttäen apuna toisen korvan sulkemista. Sitten pojat laulavat laulun niin, että johdan sitä. Esitys päätetään kumarrukseen, jonka jälkeen suoritetaan marssi pois lavalta omille istuinpaikoille.

Pian on aika päättää tunti. Sitä ennen rauhoitumme hetkeksi kuuntelemaan. Pyydän pojat piiriin, jonka pienennämme aivan pieneksi niin, että kaikki ovat vieri vieressä. Sitten anna kehotukset, ”mene kyykkyyn, käy istumaan ja kellahtaa selälleen” Näin olemme saaneet aikaan hienon muodostelman, jossa kaikkien jalat osoittavat piirin keskustaan ja päät ovat riittävän kaukana toisistaan, jotta keskittyminen on mahdollista.



Sujahdan itse piirin keskelle ja alan laulaa ”soit-taen” samalla käsilläni poikien jalkoja. Näin laulu välittyy sekä korvan, että kosketuksen kautta. Jalkojen soittaminen on riittävän neutraali tapa koskettaa arempaakin lasta.

Kuvio 10. Kuva ääNIKSI opaasta

Laulun päätyttyä laulan hilpeästi *Jaakko kulta*-sävelellä pojille herätyksen. Teemme loppupiiriin laulaen Lämpöiselle kämmenelle, jonka päättämme kiitokseen ja kumarrukseen.

Harjoitusluokasta poistutaan muskarijunalla, eli jonossa, joka lähtee vasta, kun on soitettu junan pilliä. Laulan kolmisoinnun ”tuut-tuut-tuut” näyttäen käsin solmisaatiomerkejä. Yritämme saada kaikkien pillin soimaan yhteen ja sitten alkaa kotimatka: ”Muskari tunti loppu, kotiin tuli hoppu...”

4 Lasten ääNIKSI -opas

Edellisessä osassa esitellyt, lasten laulutaidon kehittämiseen tähtäävät harjoitteet ovat peräisin tämän työn toisesta osasta, *Lasten ääNIKSI – liikettä lauluun* -oppaasta. Harjoitteet ovat syntyneet useiden vuosien työn tuloksena ja saaneet nyt kirjallisen muotonsa.

Tavoitteeni on saada opas julkaistuksi niin, että se voisi tavoittaa kohderyhmänsä, lasten kanssa laulavat ja lapsia laulattavat ja opettavat aikuiset. Opas ei siis ole tässä liitteenä tekijänoikeudellisista syistä.

4.1 Oppaan taustaa

Työskentely lasten parissa sait minut etsimään keinoja, jotka voisivat auttaa heitä löytämään oman äänensä ja laulamisen ilon. Siihen minkä suuntaisiksi nuo keinot ovat muoutuneet, ovat vaikuttaneet omat kokemukseni sekä oppijana että opettajana, niin työni kuin harrastuksenikin.

Pitkä kokemus lastentarhanopettajana eri-ikäisten lasten parissa on antanut mahdollisuuden tutustua erilaisiin ja erilaisessa kehitysvaiheessa oleviin lapsiin. Se on antanut mahdollisuuden kohdata hyvin erilaisista taustoista tulevia lapsia ja joskus myös moni-ongelmaisia lapsia ja heidän perheitään

Tapaani tehdä työtä vaikuttaa myös pitkä historiani teatterin parissa. Aktiivinen näyttelijän ja laulajan työ ammattijohtoisessa harrastajateatterissa, teatteripedagogiikan opinnot, erilaisten teatteriryhmien ja musiikkiproduktioiden ohjaaminen sekä lausuntatehtävät ovat opettaneet kokonaisvaltaista läsnäoloa ja tilanteiseen heittäytymistä. Siihen toivon myös oppaani lukijoitaan kannustavan.

Musiikkipedagogiikan ammattikorkeakouluopinnoissani erikoistuin varhaisiän musiikkikasvatukseen. Oma instrumenttini, laulu, nousi pian pedagogiseen keskiöön sekä opinnoissani että työssäni lasten parissa. Opintoihini liittyneet äänifysiologian opinnot saivat minut herkistymään sille, mitä kehossa tapahtuu äänentuottotilanteen aikana.

4.2 Harjoitteiden synty

Ensimmäiset harjoitteet saivat alkunsa, kun lähdin etsimään keinoja, joilla lasten kanssa työskentelevät voisivat pitää huolta äänestään ja antaa samalla hyvän äänimallin lapsille. Se sai etsimään sellaisia toimintoja, joita voisi toteuttaa työssä lasten kanssa. (Orpana 2009.) . Äänenkäytön lähtökohtana on aktiivinen kehon käyttö.

Hyvä vuorovaikutus oppilaiden kanssa ja aktiivinen reagointi vaihtuviin tilanteisiin ovat sittemmin olleet hyvin merkittävä tekijä harjoitteiden synnyssä. Useat harjoitteet ovat saaneet impulssin jostakin vuorovaikutustilanteesta, lasten sanoista tai reaktiosta. Esimerkiksi edellisessä luvussa (3.2) kuvattu *Äänihissi* syntyi tarpeesta luoda toimiva mielikuva nousevan huulitäry-äänien keholliselle vastaliikkeelle. Mielikuva kehosta hissin painona, joka nostaa äänihissin ylös, sai alkunsa kun kuljimme poikien kanssa hissillä opetusluokkaan. Kyseinen hissi on sitä mallia, jossa voi nähdä, kun paino kulkee hissikuilussa.

Lapset innostuvat myös itse keksimään harjoitteita. Eräs tuolloin 6-vuotias poika tahtoi esitellä keksimänsä *Ääninakki*-harjoitteen, jonka esittelen tässä - sitä ei löydy oppaasta. ”Ääninakki on sellainen, josta haukataan ja sitten pureskellaan sitä, jolloin kuuluu ’mmm, mmm, mmm’.” Kokeilimme heti harjoitetta yhdessä ja se toimi vallan mainiosti resonanssin etsinnässä.

Harjoitteista suuri osa on syntynyt toimiessani Cantores Minores -musiikkiopiston musiikkileikkikoulun ja kuorolaulun opettajana. Kiinnostukseni lasten laulutaidon kehittämiseen on saanut merkittävän innoituksensa juuri Cantores Minores -poikakuoron ja -musiikkiopiston toiminnasta.

4.3 Oppaan sisältö

Lasten ääNIKSI – liikettä lauluun on opettajille, kanttoreille, kuoronjohtajille, varhaiskasvattajille muille lasten kanssa toimiville tarkoitettu opas. Se soveltuu myös muutoin laulamisesta ja äänenkäytöstä kiinnostuneille iästä ja tehtävästä riippumatta.

Opas sisältää yleistajuisesti ilmaistua perustietoa äänen toiminnasta sekä yli 60 leikki-mielistä harjoitetta lasten lauluäänien ja laulutaidon kehittämiseksi. Harjoitteissa on pal-

jon liikettä ja huumoria. Niitä voidaan soveltaa käyttöön kouluissa ja varhaiskasvatuksessa sekä kuorotoiminnassa. Sen lisäksi oppaassa on ideoita erilaisissa opetustehtävissä toimiville. Keskeisenä tavoitteena on esitellä kehon monipuolisen käytön mahdollisuuksia äänenkäytön ja laulamisen opetuksessa.

Lasten ääNIKSI -opas pyrkii rohkaisemaan lasten kanssa toimivia oman pedagogisen ominaislaatunsa etsimiseen ja kannustamaan kasvattajia toimimaan aktiivisessa vuorovaikutuksessa lasten kanssa. Elämyksellisyys ja innostuneisuus ovat avainasemassa, kun autetaan lasta – ja aikuista, löytämään oma ainutlaatuinen äänensä ja käyttämään sitä yhdessä toisten kanssa.

Seuraavassa esittelen sitä työtä, jota Cantores Minores - musiikkiopistossa on suurella innostuneisuudella tehty ja tehdään uusien kuorolaisten kasvattamiseksi.

5 Kohti kuoroa - Cantores Minores oppimisympäristönä

1952 perustetun Cantores Minores -poikakuoron laulajat opiskelevat Cantores Minores -musiikkiopistossa. Musiikkiopiston pääopetusaine on kuorolaulu, jonka lisäksi opistossa opetetaan yhtye- ja yksinlaulua, äänenmuodostusta sekä musiikin teoriaa ja pianonsoittoa.

Uudet laulajat tulevat pääsääntöisesti ensin kuoron koulutusryhmiin, joihin otetaan 7-10-vuotiaita poikia pääsykokeilla kolme kertaa vuodessa. Pojat voivat edetä esiintyvään A-kuoroon saatuaan ensin opetusta laulamissa, nuottikuvan lukemisessa ja musiikin perusteissa, sekä suoriuduttuaan hyväksytysti loppukokeista (musiikin perusteiden tasosuoritus 1). (Cantores Minores 2015.)

Kuoron vaiheista on julkaistu kaksi laajaa historiikkia, joissa kuvaillaan yksityiskohtaisesti maineikkaan kuoron yli 60 vuoden toimintaa ja tapahtumia (Otonkoski 2003 ja 2014).

Esittelen tässä lyhyesti sitä polkua, jota pojat etenevät kohti korkeatasoista, vaativaa musiikkia esittävää Cantores Minores -poikakuoroa.

5.1 Cantores Minores koulutusryhmät

Cantores Minores Koulutusryhmien kuoron muodostavat B1-ryhmät, B2-ryhmä, Koraali- ja Cappellakuoro. Lauluharjoittelun ohella CM Koulutusryhmät kartuttavat esiintymiskokemusta laulamalla erilaisissa tilaisuuksissa ja konserteissa sekä yhdessä että erikseen pienempinä kokoonpanoina. Osa Koraali- ja Cappellakuorolaisista esiintyy myös diskanttikuorona. Cantores Minores -poikakuoron esittäessä esimerkiksi J.S. Bachin suurteoksia.

Lukukauden päätteeksi koulutusryhmien oppilaille pidetään laulukoe, jossa havainnoidaan kunkin oppilaan henkilökohtaista kehitystä. Laulukokeen, osallistumisaktiivisuuden ja yleisten kuorolaistaitojen perusteella päätetään oppilaan etenemisestä kuororyhmästä toiseen. Koraali- ja Cappellakuorolaisten etenemiseen vaikuttaa myös teoriaopintojen hyväksytty suorittaminen.

5.1.1 B -kuoro

Kuoroon hyväksytty poika aloittaa opintonsa tavallisimmin B-kuorossa. 7-8 vuotiaat kuorolaulun aloittajat opiskelevat B1-ryhmissä, joissa pojat harjoittelevat laulua kerran viikossa n. 10 hengen ryhmissä. Tämä vaihe kestää yleensä vähintään kaksi lukukautta.

B2-ryhmän pojat ovat vähintään 8-vuotiaita ja saavat viikottaisen lauluharjoituksen lisäksi halutessaan myös musiikkivalmennusta.

Lauluharjoituksissa opetellaan luonnollista äänenkäyttöä, hengitystekniikkaa ja muita laulamisen perusasioita liike- ja ääniharjoitusten avulla..

Lauluohjelmistossa on aluksi yksiäänisiä lauluja ja kaanoneita, joista siirrytään vähitellen kaksi- ja kolmiäänisiin lauluihin.

Musiikkivalmennuksessa opetellaan musiikinteorian alkeita leikinomaisesti. Tunneilla opetellaan aika-arvoja ja tutustutaan nuottiviivastoon ja säveliin lorujen, kaanoneiden ja laulujen avulla. Musiikkivalmennuksen tavoitteena on vahvistaa lapsen kykyä hahmottaa teoreettisempia ja abstraktimpia, myöhemmin musiikin perusteiden opetuksessa vastaan tulevia asioita.

5.1.2 Koraalikuoro

Koraalikuorossa harjoitellaan laulua kerran viikossa ja oppilaat opiskelevat myös musiikin perusteita joko Cantores Minores -musiikkiopistossa tai vaihtoehtoisesti muussa musiikkioppilaitoksessa.

Lauluharjoituksissa kiinnitetään huomiota henkilökohtaiseen äänenmuodostukseen ja perehdytään tarkemmin laulutekniikkaan. Ohjelmistoon kuuluu vaativampia yksi-, kaksi- ja kolmiäänisiä lauluja.

Teoriaharjoituksissa opetellaan musiikin perusteita: nuotteja, säveliä, intervaleja, asteikkoja ja erilaisia merkkejä sekä sovelletaan niitä käytäntöön rytmi- ja melodiasanelutehtävissä.

5.1.3 Cappellakuoro

Cappellakuorolaiset harjoittelevat kuten Koraalikuorolaiset, kerran viikossa laulua ja sen lisäksi musiikin perusteiden opintoja. Ohjelmistona ovat vaativammat yksi-, kaksi- ja kolmiääniset laulut.

Musiikin perusteiden opetuksessa laajennetaan jo opittuja asioita ja tutustutaan uusiin intervaleihin ja asteikkoihin ja suoritetaan vaikeampia rytmi- ja melodiasanelutehtäviä. Musiikkisanastoa laajennetaan ja solfaulussa siirytään vaativampiin tehtäviin.

Lukukauden päätteeksi pidetään laulukoe sekä suoritetaan musiikin perusteiden taso-suoritus 1. Kokeen perusteella pojat voivat edetä A-kuoron valmennusryhmään tai jatkaa laulamista Cappellakuorossa

5.2 Kuorolaiseksi kasvaminen

Kaikille avoin Cantores Minores -musiikkileikkikoulu on alkusysäyksenä usean pojan kuoro-uralle. Näin luonnehditaan 4-6 -vuotiaille pojille tarkoitettua toimintaa:

”CM-musiikkileikkikoulu on laulupainotteinen. Päämääränä on houkutella pojat käyttämään ääntään, laulamaan ja kuuntelemaan. Jo muskarissa harjoitellaan kuorolaisen taitoja: toisten laulajien kuuntelemista, yhteisen soinnin ja ilmaisun hakemista sekä kuoronjohtajan seuraamista. Lisäksi tutustutaan liikunnan, laululeikkien ja Orff-soittimien avulla musiikin peruselementteihin, rytmiin ja tempoon, melodiaan, harmoniaan, sointiväriin ja muotorakenteisiin sekä harjoitellaan solmisäätien käyttöä.” (Cantores Minores 2015.)

Kuoropolkua voi siis alkaa pohjustaa jo nelivuotiaana. Onpa kuorossa jo toisen, ja ainakin musiikkileikkikoulussa jo kolmannenkin polven kuorolaisia, joiden kuoropolun alkusysäys saattaa olla jopa 50 vuoden takana.

Tämän työn keskiössä ovat kuitenkin ennen muuta esi- ja alkuopetusikäiset lapset.

Cantores Minores -musiikkiopiston esi- ja alkuopetusikäisten lasten opetukseen tuo oman erityispiirteensä mahdollisuus jatkossa edetä aina esiintyvään A-kuoroon saakka. Tämä tuo tavoitteellisuutta toimintaan. Useimmiten taitaa kuitenkin olla niin, että tuo ta-

voite väikkyä lähinnä aikuisten, niin lasten vanhempien, kuin opettajienkin mielissä. Tavoite on lapsen kannalta kaukana, vaikka se käytännössä olisikin todellisuutta jo muutamman vuoden kuluttua. Lapselle sopivia tavoite voi olla vaikkapa jonkin laulun sanojen opettelu seuraavalle tunnille.

Päivi Arjas kirjoittaa oikein asetettujen tavoitteiden merkityksestä oppimiselle. Jonkin tietyn päämäärän tavoittelemisen auttaa ylittämään esteitä ja selviytymään vaikeuksien yli. Lapsen kohdalla korostuu kuitenkin vanhemman vastuu myös tästä. Tarvitaan kannustusta ja tukea, jotta jaksetaan jatkaa. Tekeminen on se, joka synnyttää lapsen sisäisen motivaation. (Arjas 2001, 101 -105.)

Kuorotoiminnan olennainen piirre on yhdessä tekeminen. Harjoituksissa pitää siis käydä. Lapsille voi tulla usein tilanteita, jolloin ei jaksaisi lähteä harjoituksiin tai joku muu mielenkiintoinen asia on juuri silloin kesken. Olen työssäni tavannut lapsia, jotka harrastavat hetken ja lopettavat heti vaikeuksien tullessa. Tässä tarvitaan vanhemmalta lujautusta, että kuitenkin lähdetään. Käytäntö on osoittanut, että useimmiten harjoituksista palaa innostunut ja hyväntuulinen lapsi.

Sitoutumista tekemiseen voi opetella jo musiikkileikkikoulusta alkaen. Samoin voi harjoitella muita kuorolaisen taitoja. Laulutaidon ohella toiminnan tavoitteena on yhteistyöhön, suvaitsevaisuuteen ja toisen ihmisen arvostamiseen kasvaminen. (Otonkoski 2014.) Kyse on siis myös sosiaalisten taitojen oppimisesta. ”Sosiaaliset taidot tulevat kokemuksen ja kasvatuksen kautta.” (Keltikangas-Järvinen 2010, 18). Keltikangas-Järvisen mukaan on kyse sosiokulttuurisesta oppimisesta, kun kasvattaja kertoo lapselle, kuinka hänen odotetaan meidän kulttuurissamme, tässä tapauksessa siis kuorokulttuurissa, käyttäytyvän.

Kuorotoimintaan kuuluu tiettyjä esiintymiskäytäntöjä, jotka ovat osa kuorokulttuuria ja myös laajempaa musiikkikulttuuria. Cantores Minores -toimintaan sisältyy lisäksi oma erityispiirteensä kirkollisen musiikkiperinteen jatkajana.

Esiintymistilanteita harjoitellaan Cantores Minores -ryhmissä jo pienestä pitäen, Kaikkein nuorimmatkin, 4-vuotiaat musiikkileikkikoululaiset, esiintyvät ainakin omissa juhlissaan kahdesti vuodessa. Yhteistyö seurakuntien kanssa on myös tarjonnut luontevan mahdollisuuden esiintymiseen. Useat ryhmät ovatkin laulaneet esimerkiksi perhemessuissa. Musiikkileikkikoulun vanhimmat, pääosin esikouluikäiset oppilaat, esiintyvät vuosittain

myös suuressa Cantores Minores -kuorokavalkadissa, Perinteisessä äitienpäiväkonser-
tissa Helsingin Tuomiokirkossa.

Esiintymistilanteen onnistumiseen ei riitä se, että hallitsee harjoitellun musiikin. Se,
kuinka se välittyy kuulijoille, on monen tekijän yhteistulos.

Esittelen seuraavassa joitakin nimenomaan kuorolaulussa tarvittavia ulkomusiikillisia tai-
toja ja kehittämiäni leikkimielisiä keinoja niiden harjoittamiseen.

5.2.1 Yleiset esiintymiskäytännöt

Pienikin kuorolainen tarvitsee tilan ja tilanteen hahmottamiseen sekä käyttäytymiseen
liittyviä taitoja. Mitä paremmin nämä ulkoiset taidot ovat hallinnassa, sitä enemmän jää
tilaa itse musiikille ja sen ilmaisulle.

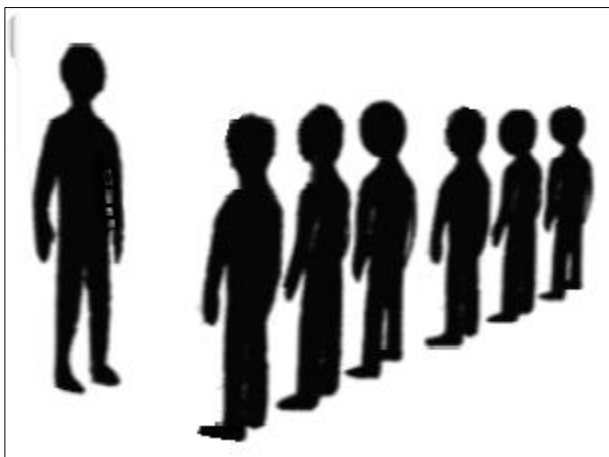
Kuorojen on tapana marssia jonossa esiintymislavalle ja sieltä pois. Yllättävää kyllä se
ei ole niin yksinkertaista, miltä näyttää. Kuinka erikokoiset laulajat onnistuvat pitämään
keskinäisen välimatkan tasaisena ja jonon suorassa? Tai kuinka onnistuu asettuminen
tasaiseksi jonoksi kapealla kuorokorokkeella?

Paikallaan pysyminen on kuorolaisen taidoista kenties kaikkein haastavin. Sen lisäksi,
että kuororivissä on syytä pysyä aloillaan, joutuvat kuorolaiset usein odottelemaan pitkiä
aikoja omaa vuoroaan paikallaan istuen. Kuinka pieni laulaja löytää sellaisen rauhan,
että jaksaa odottaa ja kuunnella?

Kurinalaisuus toiminnassa ei tarkoita sitä, että siitä puuttuisi ilo ja hauskuus. Seuraavat
leikkimieliset harjoitukset ovat olleet erittäin suosittuja ja usein pojat pyytävätkin, että
niitä leikittäisiin. Tärkeää on, että niitä tehdään pilke silmäkulmassa. Harjoitteisiin ei pidä
suhtautua liian tosikkomaisesti.

Rivi ja jono

'Rivi ja jono' on yksinkertainen leikki, jonka avulla voidaan harjoitella reagointia ja käsitteiden hahmottamista. Oheinen kuva näyttää ankaralta, mutta asetelman vaihtuminen saa tavallisesti aikaan suurta riemua.



Kuvio 11. Rivi ja jono -leikin alkuasetelma

- Lapset pyydetään yhteen riviin, opettaja on rivin edessä.
- Opettaja siirtyy nopeasti rivin päähän huudahtaen, "jono", jolloin lapset kääntyvät jonoiksi.
- Opettaja siirtyy jälleen lasten sivustalle huudahtaen "rivi" ja kaikki kääntyvät.
- Leikkiä jatketaan nopeilla toistoilla ja muutoksilla, välillä kiertäen lasten selän taakse, välillä suoraan jono toiseen päähän.

Tässä leikissä opettajan kannattaa olla hyvin nopea, jotta leikistä tulisi hauska ja jotta se todella vaikuttaisi reagointiin.

Seuraava harjoite-esimerkki on, samoin kuin edellinen, hyvin toivottu pienten poikien keskuudessa. Harjoitteen tavoite, hiljainen istuutuminen ja seisomaan nousu, vaikuttaa kenties olemattomalta, mutta on käytännön tilanteissa osoittautunut varsin tarpeelliseksi Erityisesti messuavustajina, mutta myös konserttitilanteissa kuorolaiset joutuvat useita kertoja suurena ryhmänä istuutumaan ja nousemaan, mikä ei ole aivan yksinkertaista toteuttaa ilman melua.

Salainen liikkua

- Lapset istuvat tuoleilla.
- Opettaja ohjeistaa lapsia nousemaan yhtä aikaa seisomaan niin äänettömästi, ettei nousua voi tietää, jos sitä ei näe.
- Opettaja kääntää selkensä, odottaa hetkisen ja pyytää lapsia sitten nousemaan. Tässä vaiheessa lapset ovat jo nousseet ja riemu on suuri, kun opettaja katsoo ja näkee heidän nousseen ”ihan salaa”.

Sama toistetaan seuraavaksi siten, että lapset istuutuvat ”salaa”.

Näin on yksinkertaisen leikin ansiosta saatu harjoitettava asia hauskaksi ja liikettä harjoitukseen.

5.2.2 Johtajan seuraaminen

Johtajan seuraaminen on kuorolaulajalle luonnollisesti välttämätöntä. Joillekin lapsille keskittyminen on kuitenkin erityisen haastavaa. Esiintymistilanteessa katse harhailee etsien yleisön joukosta tuttuja samaan aikaan, kun pitäisi havainnoida, mitä kuoronjohtaja näyttää. Seuraavassa on joitakin keinoja näiden kuorolaisvalmiuksien harjoittamiseksi.

Musiikkileikkikoululaisten keskuudessa suuren suosion on saavuttanut kuoronjohtoleikki.

Kuoronjohtoleikki

Valitaan kaikkien tuntema, esimerkiksi ’Tuiki, tuiki tähtönen’ – laulu.

Lauletaan se ensin yhdessä niin, että opettaja johtaa laulun näyttäen korostetusti erilaisia tempoja ja dynamiikoita. Näin lapset saavat muistuman siitä millaisia viestejä eri liikkeillä on.

- Kukin lapsista saa vuorollaan olla kuoronjohtaja – opettaja menee lapsen paikalle kuoroon.
- Johtava lapsi antaa alkuaäänen ja johtaa sitten laulun.
- Opettajan avulla lapsiryhmä yrittää äänellään seurata kuoronjohtajan jokaista merkkiä.
- Kukin vuorollaan pääsee johtamaan ja saa siten myös kokemuksen, miltä tuntuu vaikuttaa.

Leikki johtaa tavallisesti hirmuisiin ylilyönteihin, mutta kaikilla on hauskaa ja uskoakseni johtamisen merkitys vahvistuu

Laulun pysäytys

Tämä leikki harjoittaa keskittymistä ja reagoitokykyä.

- Opettaja johtaa laulua ja pysäyttää sen kädellä yllättävissä kohdissa.
- Merkki näyttää, että kaikkien tulisi vaieta tai vastaavasti jäädä laulamaan pyydettyä säveltä.

Ketju

- Jaetaan laulajat pienempiin tasasuuruisiin ryhmiin.
- Lauletaan jo pääpiirteissään tutuksi tullutta laulua siten, että kukin ryhmä laulaa laulua vuorollaan eteenpäin.
- Opettaja näyttää, mikä ryhmä on vuorossa.
- Pyritään siihen, että laulu jatkuu katkeamattomana ryhmän vaihtuessa.
- Vaihdoksia nopeutetaan ja järjestystä vaihdetaan taidon kasvaessa.

6 Kuinka lapsi laulaa – havainnointia

Miten lapsi laulaa? Kuinka hän reagoi opetustilanteessa? Millainen ääni lapsella on? Millaisia muutoksia lapsen äänenkäytössä tapahtuu? Näiden seikkojen havainnointi opetustilanteissa jää osin intuitiiviseksi. Opettajalle syntyy mielikuvia harjoitteiden vaikuttavuudesta ja innostavuudesta. Tyypillistä on, että ryhmäopetuksessa jotkut yksilöt pyrkivät enemmän esiin kuin toiset. Se saattaa johtaa siihen, että heidän reaktionsa suuntaavatkin opetusta enemmän kuin vetäytyvien oppilaiden tarpeet.

Saadakseni todellisemman kuvan lasten laulamisesta videoin muutamia tunteja laulupainotteisessa Cantores Minores – musiikkileikkikoulussa. Videoinnin avulla pyrin tarkastelemaan lasten ääntä ja erittelemään sen ominaisuuksia sekä havainnoimaan lasten reagoitua erilaisiin harjoituksiin. Samalla sain hyvin opettavaista tietoa omista toimintatavoistani.

6.1 Dokumentointi

Ensimmäiset videointitallioinnit tein kahdessa 6-7 vuotiaiden viikoittain kokoontuvassa opetusryhmässä ryhmien toimittua reilun kuukauden. Tällöin pojat olivat jo tutustuneet toisiinsa ja ryhmät olivat omaksuneet yhteisiä käytäntöjä.

Tuntien alussa kytkin kameran päälle tekemättä asiasta suurempaa numeroa. Jotkut kysyivät laitteesta ja kuvaamisesta, mutta eivät alun jälkeen juurikaan reagoineet kameran.

Aloitimme tunnit tavalliseen tapaan tervehdyksillä ja äänileikeillä (ks.3.2). Tutusta alkulaulusta liu'uimme suoraan *Tuiki, tuiki tähtönen*-laulun melodiaan ja lauloimme laulun kaikki yhdessä. Sen jälkeen kukin poika sai vuorotellen tulla laulamaan laulun yksin. Hämmästykseni kukaan ei kieltäytynyt, vaan jotkut jopa kilpailivat lauluvuorosta. Ehkäpä asian markkinointi ajatuksella, ”nyt kaikki pääsevät”, auttoi asiaa. Toki pojat ovat alusta alkaen tottuneet laulamaan pieniä säkeitä yksin tuntien alkutervehdyksen (ks. 3.2) yhteydessä.

Säestin poikia pianolla ja kaikki lauloivat laulun ensin kokonaan D-duurissa, sitten laulun alkua eri sävellajeissa. Leikkimielisesti etenimme ensin mahdollisimman korkealle ja sitten matalalle, jälkimmäisen teimme laulamalla asteikkoa kvintti kerrallaan alaspäin ”moi-

moi-moi-moi-moi”. Lopuksi pojat saivat vielä matkia soitettuja ja laulettuja säveliä. Näin etenimme, kunnes kaikki olivat vuorollaan laulaneet. Kannustimme kutakin taputuksin ja väliin teimme pieniä yhteisiä harjoituksia, jotta koko ryhmän mielenkiinto säilyi.

Tunnit päättyivät yhteiseen loppulauluun.

Toinen taltiointi tapahtui joululoman jälkeen ryhmien toisella ja kolmannella kokoontumiskerralla. Tunnin kulku noudatteli samaa rakennetta kuin ensimmäiselläkin kerralla ja kukin yksilönä sai jälleen tehdä jokseenkin samat asiat kuin aiemmin.

Pojat lauloivat jälleen varsin pakottomasti, mutta motivointi tehtävään oli selkeästi vaikeampaa. Videointi palveli yksittäisen laulajan äänen havainnointia, mutta antaa vääristyneen kuvan toiminnasta yleensä. Tästä kokemuksesta syntyi tarve taltioida enemmän tavanomaisia opetustilanteita juuri motivaation havaitsemiseksi.

Seuraava taltiointi on tarkoitus tehdä musiikkileikkikoululaisille järjestettävän Cantores Minores – kuoron pääsykokeen yhteydessä. Tavoitteeni onkin jatkaa äänen kehityksen seuranta kuoroon valittavien poikien osalta.

6.2 Arvioinnin mahdollisuuksia

Laadin yksinkertaisen taulukon (Taulukko 1.) voidakseni tarkastella yksittäisen laulajan ääntä ja laulutaitoa. Pyrin sen avulla erittelemään äänen ominaisuuksia sekä havainnoimaan sävelpuhtautta, laulajan kykyä seurata sävellajia, annettujen äänten toistamista ja äänialan laajuutta.

Vastaavan kaltaista erittelyä olen käyttänyt jo jonkin aikaa pienten kuorolaisten laulukokeita seurattessani. Se syntyi tarpeesta hahmottaa tarkemmin kunkin laulajan kehitysvaihetta. Ryhmäopetuksessa yksittäisen laulajan tilanteen arviointi jää helposti intuitiiviseksi. Tulosten vertaaminen toisiinsa mahdollistaa opetuksen suuntaamiseen alueelle, jossa on erityisesti havaittavissa kehitystarpeita

Oheinen taulukko kertoo esimerkinomaisesti laulamisen eri osa-alueiden (ks.2.1) havainnointimahdollisuuksista.

Taulukko 1. Apuväline lasten laulamisen havainnointiin

Heppu Hilpeä	10/2014	1/2015	5/2015
ilmaisu	pidättyväinen	leikkisyyttä tullut lisää	
hengitys	pääosin rintahengitystä	hengitys syventynyt	
kehon hallinta	polvet lukossa, rinta-kehä painunut	ryhti edelleen vähän kassassa	
puhtaus	keskialueella hyvä, ylääänissä vireys vaihtelee	ylä-äänten vireys vaakaampi, pientä epätarkkuutta	
sointi	ääni vähän nasaali	nenäportti sulkeutuu paremmin	
ääniala	a – d ²	a-e ²	
kuuluvuus	hento ääni	kohtalainen	
artikulaatio	täry-r puuttuu vielä,	r- mukana joissakin sanoissa	
muita havaintoja	levottomat kädet	keskittyy paremmin	

Äänen toimintaan liittyvien seikkojen havaitsemiseen ja siitä tehtyihin johtopäätöksiin vaikuttaa opettajan audiokinesteettinen kyky. Sillä tarkoitetaan yksinkertaistettuna kykyä aistia kuultu ääni omassa kehossa. Laulopedagogi Hannele Valtasaari (Valtasaari 2012, 44) viittaa musiikkitieteen tutkimuksessaan James MCKinneyn ajatuksiin audiokinesteettisen kyvyn välttämättömyydestä äänen toiminnan arvioinnissa. McKinney kutsuu sitä motoriseksi matkimiseksi ja sanoo sen olevan nopein ja tehokkain tapa arvioida ääntä. Hän tiivistää arvioinnin kolmeen kysymykseen: ”1. Mikä on kuulemassani soinnissa vialla?(oireen tunnistaminen). 2. Mistä se johtuu? (syyn määrittelemine /diagnosointi) 3. Mitä aion tehdä? (hoidon suunnitteleminen /harjoitusohjelma).”

Oheista taulukkoa käyttöä voisikin kokeilla työn kehittämisessä McKinneyn kuunteluprosessin kaavaa mukaellen seuraavasti.

Taulukko 2. Prosessikuuntelun mukainen taulukko

Heppu Hilpeä	10/2014- mitä	miksi	toimenpiteet	5/2015 mitä
ilmaisu	pidättyväinen			
hengitys	pääosin rinta-hengitystä			
kehon hallinta	polvet lukossa, rintakehä painunut			
puhtaus	keskialueella hyvä, ylä-äänissä vireys vaihtelee			
sointi	ääni vähän nasali			
ääniala	a – d ²			
kuuluvuus	hento ääni			
artikulaatio	täry-r puuttuu vielä,			
muita havaintoja	levottomat kädet			

Havainnoinnin voisi jaksottaa esimerkiksi Taulukon 1. mukaisesti kolme kertaa lukuvuodessa tapahtuvaksi seurannaksi. Tällöin pääsisi arvioimaan paitsi lapsen lauluäänen muutoksia myös tehtyjen opetusratkaisujen vaikuttavuutta.

7 Pohdinta

Lopussa on alku. Tämän työn loppuun saattaminen ei ole sen lopettamista. Työprosessi on avannut matkan varrella uusia houkuttelevia näkymiä ja tuonut jälleen sen äärelle, miten vähän osaa ja tietää.

Samalla se on tuonut merkittäväksi niin sanotun hiljaisen tiedon. Hiljainen tieto on sel-laista, joka tulee ihmiselle ”toiminnallisen kokemuksen kautta”. Se on intuitiivista tietoa, joka perustuu tunteeseen. Ihminen on vakuuttunut siitä, että tietää. (Nuutinen 2015.)

Lasten opettamisessa intuitio, tilanteiden lukeminen ja vaistoaminen on mielestäni suuri apu ja mahdollisuus. Se edellyttää kuitenkin perusteltua, tutkittua tietoa, johon sitä voi daan peilata.

Oman työn arvioinnissa niin opetustehtävien, kuin kehittämistyönkin suhteen on hyvä pysähtyä hiljaisen tiedon äärelle kuuntelemaan. Mihin perustuu se, mitä tehdään? Työtä tehdessään sokeutuu helposti omalle toiminnalleen. Sen arviointiin tarvitaan sekä tiedol-lisia peilejä että vuorovaikutusta niin oppilaiden kuin työympäristönkin kanssa.

Lasten maailmassa toimiessa juuri vuorovaikutus on ensiarvoisen tärkeässä asemassa. Erityisen mielenkiintoisen siitä on tehnyt se poikien maailma, johon omassa työssäni olen saanut heittäytyä. Avoin ja innostunut asenne maustettuna huumorilla ja mielikuvituk-sella ovat olleet parhaita aseita siinä tehtävässä. Sellaista ei voi kuitenkaan pakottaa. Jokaisen on tärkeä olla tehtävissään uskollinen omalle ominaislaadulleen ja kehittää sitä. Lapsille on turha esittää mitään, he ovat intuition mestareita..

Laulunopetuksessa tahtoisin kutsua perusasioiden äärelle. On tavattoman hienoa nähdä, kuinka pieni poika nauttii täysin siemauksin laulamisesta, omasta äänestään ja vähitellen myös yhteisestä soinnista. Ei tarvita rekvisiittaa tai suuria efektejä, ääni riittää. Tähän levollisuuteen pääseminen ja musiikista itsestään nauttiminen tuntuu olevan aina vain vaikeampaa.

Lauluinstrumentti on elävä soitin, joka muovautuu jatkuvasti. Lapsi elää kasvavan inst-rumenttinsa kanssa jatkuvassa muutoksen tilassa. Meidän opettajien ja muiden aikuisten tehtävänä on auttaa tuon instrumentin rakennuksessa niin, että siitä tulisi ehjä ja kestävä. Olemme paljon vartijoita.

Lähteet

- Aalto, A-L. & Parviainen, K. 1990. Auta ääntäsi. Keuruu: Otava. 7. painos.
- Ahonen, Kari. 2004. Johdatus musiikin oppimiseen. Finn Lectura. Tampere.
- Arjas, Päivi 2001 Iloa esiintymiseen – muusikon psyykkinen valmennus. Jyväskylä: Atena Kustannus Oy.
- Cantores Minores, 2015. www.cantoresminores.fi. Luettu 23.4.2015.
- Bailey B. 2007. Chorus: Movement in the Choral Rehearsal- Teaching Music14.5 (Apr 2007): 22-26.
- Brown, Oren L. 1996. Discover your voice: how to develop healthy voice habits. San Diego, London: Singular Publishing Group.
- Eerola, Ritva, 2015. Toiminnalliset osatekijät ääni-instrumentin hallinnassa. www.provoce.suntuubi.com. Luettu 2.5.2015
- Eerola Ritva 2014. Ääni-instrumentti käyttöön kokonaisvaltaisesti - ajatuksia toimintabalanssin löytämiseen. www.provoce.suntuubi.com. Luettu 24.4.2015
- Jaakkola, Timo 2012. Liikunta ja koulumenestys. Teoksessa Teija Kujala, Christina M. Krause, Nina Sajaniemi, Maarit Silvén, Timo Jaakkola & Kari Nyyssölä (toim.). Aivot, oppimisen valmiudet ja koulunkäynti. Neuro- ja kognitiotieteellinen näkökulma. Tilannekatsaus Tammikuu 2012. www.opf.fi
- Keltikangas-Järvinen, Liisa. 2010. Sosiaalisuus ja sosiaaliset taidot. WSOY. Juva. WS Bookwell Oy.
- Koistinen, Mari. 2003. Tunne kehosi, vapauta äänesi. Äänitimpurin käsikirja. Helsinki. Sulasol.
- Kukkamäki, Päivi. 2002. Laulun myötä kasvuun: laulusuukimenetelmän kehittämisprojekti. Sibelius-Akatemia. Kehittäjäkoulutus. Musiikin tohtorin tutkintoon liittyvä opinnäyteko-konaisuuden loppuraportti.
- Nuutinen, Olli 2015. kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/hiljainen-tieto. Luettu 2.5.2015.
- Orpana, Terhi.2009. Puheesta lauluun – varhaiskasvattajan ääni. Opinnäytetyö. Metropolia Ammattikorkeakoulu
- Otonkoski, Pirkko-Leena. 2014. Pieniä kantoreita, suurta musiikkia, Cantores Minores, kuudes vuosikymmen 2003-2012. Cantores Minores-kannatusyhdistys ry. Saarijärvi. Saarijärven Offset Oy.
- Pihkanen, Timo. 2011. Lapset laulavat: tutkimus tavoitteellisesta lasten laulunopetuksesta ja opas. Helsinki: Sibelius-Akatemia
- Numminen, Ava. 2005. Laulutaidottomasta kehittyväksi laulajaksi. Tutkimus aikuisten laulutaidon lukoista ja niiden aukaisemisesta. Helsinki: Sibelius-Akatemia. Studia Musica 25.

Sinkkonen, Jari. 2005. Elämäni poikana. Helsinki: WSOY.

Siukonen, Wilho. 1956. Laulun opetusoppi. Helsinki: Otava.

Soini, Anne 2015. Always on the Move? Measured Physical Activity of 3-Year-Old Pre-school Children. University of Jyväskylä

Pedde, Josh. 2010. The Art of the Vocal Warm-up. Indianapolis Children's Choir..www.youtube.com. Viitattu 17.4.2015.

Valtasaari, Hannele. 2012. Ääntöbalanssi-metodi™ laulunopetuksessa. Pro gradu -tutkielma. Musiikkitiede. 13.8.2012. Jyväskylän yliopisto. www.jyx.jyu.fi. Luettu 2.5.2015.

